

新鲜蔬菜批发价格 湖北新鲜蔬菜 刘建平蔬菜配送

产品名称	新鲜蔬菜批发价格 湖北新鲜蔬菜 刘建平蔬菜配送
公司名称	官渡区刘建平蔬菜配送服务部
价格	面议
规格参数	
公司地址	云南省昆明市虹桥王旗营蔬菜批发市场
联系电话	15887286959 15887286959

产品详情

清爽蔬菜沙拉

材料：生菜，芦笋，圣女果，苹果，新鲜蔬菜批发价格，黄瓜，青柠，薄荷，盐、黑胡椒，橄榄油，醋，核桃仁，刺山柑

步骤：1、将所有蔬菜洗净甩干水分，切好备用；2、把芦笋撒上少许盐和橄榄油，平底锅加热不放油，用大火将芦笋煎1分钟备用；3、把所有蔬菜、水果和干果放在一个特大号的大碗里；4、在量杯里把青柠、薄荷、盐、黑胡椒、橄榄油、醋搅拌均匀至乳化；5、把油醋汁到在蔬菜里拌匀即可。

官渡区刘建平蔬菜配送服务部主营蔬菜、鲜肉、水产、配送对象是企业、工厂、学校、地铁、工地、餐厅、酒店、商场、超市、医院、银行、机关等各大企事业单位食堂。本店面坐落在王旗营蔬菜批发市场，20年的老店面，价格跟随市场而动。欢迎来电咨询！

如何挑选新鲜蔬菜

1【茄子】买茄子要买表皮暗黑色，摸起来有些涩手的，新鲜蔬菜批发，这样的茄子反而比较嫩。

2【西红柿】顶上出尖，颜色不均匀，摸起来有些硬的西红柿多半抹了药的不要买；颜色均匀鲜亮，摸起来紧实有弹性的是成熟度适中的；颜色深红，摸起来发软的西红柿，新鲜蔬菜市场，熟过了。

3【冬瓜】买冬瓜要买表皮带霜的，买倭瓜要买瓜蒂用指甲掐不动的，买黄瓜要买瓜条顺直，瓜把短，顶花带刺的。

4【萝卜】不管是哪种品种的萝卜，以根形圆整，湖北新鲜蔬菜，表皮光滑，颜色鲜亮，手感沉重的为优；手感沉重说明水分足，无糠心！

官渡区刘建平蔬菜配送服务部主营蔬菜、鲜肉、水产、配送对象是企业、工厂、学校、地铁、工地、餐厅、酒店、商场、超市、医院、银行、机关等各大企事业单位食堂。本店面坐落在王旗营蔬菜批发市场，20年的老店面，价格跟随市场而动。欢迎来电咨询！

刘建平蔬菜配送服务部教你挑到称心如意的新鲜蔬菜：

卷心菜：选卷心菜跟选男人一样，千万不要只看表面，外面的那两片丑一点没关系，只要里面的叶片新鲜，可以把外面几片卷心菜叶面剥掉，不会影响，美味与新鲜度，卷心菜也是顶多可以放3周。

玉米：好吃的玉米该怎么选？比较黄的玉米粒比较甜，比较浅黄的玉米或多颜色的玉米，比较不甜，选的原则就是玉米粒在格子中看起来饱满的，保存时要记得，连叶子部分都不要拔，可保存约8~10天，但是玉米容易受潮，受潮会产生黄曲毒素，容易致癌，这点要十分注意。

豆芽菜：挑选豆芽菜要小心漂白水的问题，太白太亮的豆芽菜不要选，选择茎的部分比较粗大、没有枯黄现象，过长或过软的不要选，黄豆芽放进保鲜袋里进冰箱冷藏约可保存1~2个礼拜。

空心菜：几乎一年四季都有生产，快炒、煮汤都是常见的烹调方式。选购空心菜时，除了挑选植株完整，以新鲜细嫩、不枯黄，没长长须根较佳。空心菜烹调后容易褐化变黑，烹煮时，可以滴入少许醋或柠檬汁，减少变黑的情况喔。

官渡区刘建平蔬菜配送服务部主营蔬菜、鲜肉、水产、配送对象是企业、工厂、学校、地铁、工地、餐厅、酒店、商场、超市、医院、银行、机关等各大企事业单位食堂。本店面坐落在王旗营蔬菜批发市场，20年的老店面，价格跟随市场而动。欢迎来电咨询！

新鲜蔬菜批发价格-湖北新鲜蔬菜-刘建平蔬菜配送(查看)由官渡区刘建平蔬菜配送服务部提供。官渡区刘建平蔬菜配送服务部(www.ynshucaipifa.com)是一家从事“蔬菜批发蔬菜配送”的公司。自成立以来，我们坚持以“诚信为本，稳健经营”的方针，勇于参与市场的良性竞争，使“刘建平”品牌拥有良好口碑。我们坚持“服务为先，用户至上”的原则，使刘建平蔬菜配送在其它中赢得了众的客户的信任，树立了良好的企业形象。

特别说明：本信息的图片和资料仅供参考，欢迎联系我们索取准确的资料，谢谢！